

Recreo libre y recreo dirigido: ventajas y desventajas educativas

Autor: García Arias, Toni (Maestro Especialidad en Ciencias Sociales e Inglés, Director).

Público: Educación Primaria. **Materia:** Organización escolar. **Idioma:** Español.

Título: Recreo libre y recreo dirigido: ventajas y desventajas educativas.

Resumen

El recreo es el momento de mayor interacción social del alumnado dentro del colegio. La participación libre del alumnado en juegos durante el recreo depende principalmente de los intereses y de las capacidades y habilidades de cada alumno y alumna. Debido a esto, los alumnos con mayores dificultades físicas, cognitivas, sensoriales y emocionales corren el riesgo de exclusión en las actividades de recreo. En este artículo se analiza el concepto del recreo, los tipos de recreos escolares, las características de cada uno, su relación con la inclusión escolar y las ventajas y desventajas del recreo libre y del recreo dirigido.

Palabras clave: Recreo dirigido, Recreo libre, Inclusión escolar, Integración.

Title: Directed playground and free playground: advantages and disadvantages.

Abstract

Recess is one of the moments where greater social interaction takes place in schools. The free participation of students in activities and games during recess depends –mainly– on the interests and abilities of each student. Because of this, students with greater physical, cognitive sensory and emotional difficulties take risk of exclusion in recess activities. This article analyzes the concept of recess, the different types of school recess, the characteristics of each one, the relationship between recess and school inclusion and the advantages and disadvantages of directed playground, and free playground.

Keywords: Directed playground, Free playground, School inclusion, Integration.

Recibido 2018-05-01; Aceptado 2018-05-08; Publicado 2018-06-25; Código PD: 096001

INTRODUCCIÓN

El recreo escolar es uno de los momentos más importantes de socialización del alumnado. Desde el punto de vista relacional, la principal característica del recreo es que los alumnos y alumnas se relacionan entre sí libremente, por voluntad y decisión personal, fuera de las obligaciones de distribución propias de las tareas de aula. Tal como señalan Pérez y Collazos (2007), “en el aula el niño no puede elegir con quién sentarse, en el patio puede elegir con quién jugar; el aula es un espacio cerrado, el patio es un espacio abierto; en el aula el control es casi total, en el patio es difuso, el recreo significa libertad, el poder ser tal cual se es, es decir el patio de recreo es un espacio para el esparcimiento, la libertad y la diversión, allí no existen restricciones en cambio sí la verdadera expresión del ser. Esa libertad de elección, en la que los alumnos y alumnas se relacionan entre sí atendiendo a diversas razones, puede producir ciertos desequilibrios. Por lo general, los alumnos y alumnas se relacionan entre sí por razones de amistad, familiares, culturales, de intereses y, también, de habilidades y capacidades. Ante una actividad con un alto nivel competitivo y una exigencia física elevada, los alumnos procuran juntarse con aquellos que poseen unas buenas habilidades para lograr el éxito en el juego, dejando al lado a aquellos alumnos y alumnas con menores capacidades físicas, sensoriales, emocionales y cognitivas. Esto limita las posibilidades de participación de este tipo de alumnos y alumnas a realizar juegos grupales. Debido a esto, muchos centros están comenzando a organizar actividades y juegos dirigidos en horario de recreo para mejorar la participación e inclusión de todo el alumnado.

EL RECREO COMO DESCANSO

De manera general, el recreo se entiende como un momento de descanso. Así, Pellegrini y Smith (1993), citados por Jarret (2002), definen el recreo como “un rato de descanso para los niños típicamente fuera del edificio” cuya “característica más obvia es que constituye un descanso en la rutina diaria” debido a que éste es un tiempo donde se puede distraer de una jornada larga de clase en la que los niños llegan a sentirse fatigados y su atención disminuye. Dussel & Southwell (2010) inciden en el mismo aspecto al señalar que “el recreo forma parte del espacio pedagógico y su

finalidad es otorgar a los estudiantes el descanso necesario para que el proceso de enseñanza-aprendizaje sea más productivo". En el mismo sentido, Vallejo (2010) afirma que el recreo es un descanso pedagógico y un factor esencial de los procesos de enseñanza-aprendizaje, que garantiza la superación de la fatiga mental y se contrapone a la disminución del rendimiento generada por el trabajo intelectual prolongado y sin descanso.

EL RECREO MÁS ALLÁ DEL DESCANSO

Sin embargo, a pesar de que esta concepción del recreo como un periodo de descanso entre tareas de aula es la más frecuente en la literatura, algunos autores hacen hincapié en la importancia de este momento como elemento socializador del alumnado, el cual ofrece al profesorado una importante información sobre diferentes características de los propios alumnos. En este sentido, Eiviño (2007) afirma que "el recreo es habitualmente considerado como un tiempo residual entre periodos de trabajo, sin embargo, ofrece un territorio potencialmente fértil para desplegar actividades lúdicas y juegos que impulsen nuevos aprendizajes y valores". Por su parte, Gras y Paredes (2009) señalan que "el recreo escolar es un elemento socializador importante dentro de la jornada escolar, ya que es un lugar donde los niños empiezan a practicar sus habilidades sociales, su afectividad y su empatía". En el mismo sentido, Arias (2013) afirma que "el espacio del recreo es un momento propicio para la práctica de la interacción social, para comprender las diferentes respuestas emocionales y sentimientos individuales y colectivos, además de convertirse en un poderoso estimulante de las virtudes y la convivencia social, entre la comunidad educativa". Jarret (2002) incide sobre este aspecto al señalar que "en el recreo escolar las situaciones son más abiertas y los niños son libres de poder organizar sus propios juegos, inventar sus reglas y tomar sus decisiones, así también pueden abandonar el juego cuando ellos lo decidan, pero también pueden aprender de sus pares comportamientos positivos o negativos".

La actividad física que los alumnos y alumnas realizan durante el recreo, así como las relaciones que se establecen, hace que el recreo tenga enormes beneficios para el desarrollo integral de nuestro alumnado. Los mayores beneficios serían:

- **Descanso:** uno de los beneficios más reconocidos es el descanso. Cuando un estudiante permanece sedentario durante un largo periodo de tiempo, aumenta su energía, lo cual provoca inquietud y agitación (Vila, 2010). Gracias al recreo, el alumno descansa de su actividad mental y libera toda su energía acumulada.
- **Desarrollo social:** Suirá (2010) señala que, en la etapa de la infancia, los principales agentes socializadores son la familia y la escuela. El recreo es un elemento socializador fundamental dentro de la jornada escolar. En el recreo es donde los niños y niñas interactúan libremente entre sí comenzando a poner en práctica sus habilidades sociales, su afectividad y su empatía. En el patio, el niño aprende a cooperar, compartir, negociar y resolver conflictos con sus iguales, situaciones que no se presentan durante las horas de clase (Gras & Paredes, 2009).
- **Desarrollo físico:** otro de los beneficios del recreo es el desarrollo físico de los alumnos y alumnas gracias a las actividades que realizan. Acedo (2009) señala que es un momento en el que se produce abundante movimiento, y se realizan actividades adicionales que sirven para mejorar la coordinación y la musculatura del alumnado, porque -aunque su duración sea tan solo de media hora-, es tiempo suficiente para su desarrollo. Del mismo modo, los alumnos previenen los problemas propios del sedentarismo y mejoran significativamente su salud gracias a los ejercicios o juegos realizados. Tudor-Locke et al, (2006) indican que la actividad física que desarrolla el alumnado durante el recreo puede llegar a suponer el 50% de la actividad física diaria recomendada (citados por Hyndman et al, 2014).
- **Desarrollo cognitivo:** durante las actividades que los alumnos realizan en el patio durante el periodo de recreo se produce una importante estimulación cognitiva, ya sea la que se deriva propiamente de los juegos y actividades como de las relaciones que se establecen. Durante dichas actividades y relaciones, los alumnos desarrollan la creatividad, las habilidades para la resolución de problemas y conflictos, el pensamiento divergente y convergente y el vocabulario de los estudiantes (Vila, 2010). En el mismo sentido, Saltz, Dixon y Johnson (1977) señalan a través de su investigación sobre los efectos del juego social en el aprendizaje que el comportamiento en el juego alienta la creatividad, fomenta las habilidades de resolver problemas y mejora el vocabulario de un niño.
- **Desarrollo emocional:** el otro componente de mayor desarrollo durante el recreo es el emocional. Durante el recreo, los alumnos se relacionan entre sí y establecen profundas relaciones. Las situaciones de rechazo, de integración, los apoyos, la confianza, el ánimo, los estímulos que se desprenden de las relaciones que se establecen en el patio influirán positiva o negativamente en la imagen personal, en la autoimagen y en el

autoconcepto de los alumnos. Por otra parte, Newman (1996) sugiere que, mediante la actividad de juego propia de los recreos, los niños aprenden métodos valiosos para manejar el estrés relacionado con la escuela y la familia.

- Aprendizaje cooperativo: durante el recreo, los alumnos aprenden a colaborar y a cooperar entre sí para lograr un objetivo común, mejorando las interrelaciones propias del trabajo en equipo. “El aprendizaje cooperativo tiene como objetivo brindar a los niños oportunidades para que desarrollen la conciencia de sí mismos -una de las dimensiones de la denominada metacognición- en relación con lo que van aprendiendo y a su capacidad de expresarse” (De la Barrera, Donolo, Acosta, & Gonzáles, 2012).

DIFICULTADES DEL ALUMNADO CON LIMITACIONES EN SUS CAPACIDADES O HABILIDADES

La escasa participación del alumnado con dificultades en el ámbito sensorial, motórico, cognitivo, emocional o social en los juegos y actividades propias del recreo, impide el desarrollo de este tipo de alumnos en las áreas antes mencionadas:

- Descanso: en cuanto al descanso, no se pueden determinar diferencias entre el alumnado con necesidades especiales del resto del alumnado.
- Desarrollo social: en este ámbito, el alumno y alumna con necesidades especiales, al no estar incluido dentro de los juegos grupales, no puede poner en práctica sus habilidades sociales, su afectividad ni su empatía. Asimismo, no puede desarrollar su capacidad de cooperar, compartir, negociar o resolver conflictos con sus iguales.
- Desarrollo físico: otro de los grandes problemas es el desarrollo físico. Dependiendo del grado de discapacidad, una parte importante del alumnado con necesidades especiales no participa en actividades con exigencia física. Esto les imposibilita el desarrollo físico propio de este periodo de descanso.
- Desarrollo cognitivo: al no participar activamente en actividades con exigencia cognitiva, los alumnos y alumnas con necesidades especiales no puede desarrollar durante este periodo la creatividad, las habilidades para la resolución de problemas y conflictos, el pensamiento divergente y convergente ni el vocabulario de los estudiantes.
- Desarrollo emocional: otra de las grandes limitaciones es el desarrollo emocional de este alumnado. componente de mayor desarrollo durante el recreo es el emocional, ya que, al no ser incluidos en juegos cooperativos, no puede establecer relaciones profundas, ni compartir situaciones de confianza, ánimo o estímulos.
- Aprendizaje cooperativo: la escasa participación del alumnado con necesidades especiales en los juegos de recreo impide que estos alumnos y alumnas aprendan a colaborar y a cooperar entre sí mejorando las interrelaciones propias del trabajo en equipo.

TIPOS DE RECREO

Aunque podría ampliarse obedeciendo a aspectos más técnicos, la tipología de recreo más generalizada es la siguiente:

- Recreo libre o vigilado: es el más común en casi todos los países. Durante el recreo, los alumnos juegan libremente en el patio libremente. Los alumnos deciden a qué juegan y con quién. Por su parte, el profesorado vigila que no se produzcan conflictos en el patio y, en caso de que surjan, resuelven los conflictos de la mejor manera que crea oportuno. En algunas ocasiones, se establece un turno de pista, pero sin una finalidad lúdica o deportiva propiamente dicha. Esta organización posibilita la relación del alumnado según sus intereses y afinidad, pero también pueden producir exclusión y marginación.
- Recreo dirigido: en este tipo de recreo el profesorado programa todas las actividades a realizar por los alumnos con una finalidad lúdica y participativa, de tal modo que las habilidades motrices hacia las actividades quedan relegadas en favor de la integración y la convivencia. Se seleccionan los juegos, se distribuyen los alumnos (según los criterios que se establezcan) y se delimita el espacio. Para la participación del alumnado, se rota por tiempo de juego, por días o por semanas. Para su distribución, se procura que exista una heterogeneidad en cuanto al sexo, capacidad y procedencia. En este tipo de recreos se mejora la integración y la convivencia, pero se pierde la espontaneidad propia de las relaciones espontáneas.

- **Recreo dinámico:** en este tipo de recreo existe una oferta de diversas actividades dirigidas y vigiladas por docentes donde el alumno puede elegir qué actividad realizar. Existen actividades deportivas, pero también juegos grupales, juegos de mesa o la posibilidad de utilizar la sala de ordenadores y la biblioteca.

VENTAJAS Y DESVENTAJAS DEL RECREO DIRIGIDO Y EL RECREO LIBRE

En el siguiente cuadro, se expone una comparativa de los aspectos positivos y negativos del recreo libre y del recreo dirigido a nivel relacional.

Tabla 1. Diferencias entre el recreo libre y el recreo dirigido.

	Recreo Libre	Recreo Dirigido
Características	<ul style="list-style-type: none"> ▪ El alumnado decide la actividad que quiere realizar. ▪ Los agrupamientos dependen del alumnado. ▪ La función del profesorado es vigilar y resolver los conflictos 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Los docentes diseñan las actividades y participan en su desarrollo. ▪ Los espacios están delimitados. ▪ Los alumnos se agrupan para la realización de la actividad según el docente.
Ventajas a nivel relacional	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Los alumnos eligen libremente a sus compañeros de juego. ▪ Se fortalecen las relaciones interpersonales de amistad. ▪ Se fomenta la autonomía para crear y cumplir sus propias reglas. ▪ Se fomenta la creatividad para inventar y resolver situaciones de juego. ▪ Mejora la cooperación competitiva. ▪ No existe una dependencia del adulto para la organización del juego. ▪ Se fomenta la resolución de conflictos de manera autónoma. ▪ Hay un aprendizaje espontáneo. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Se mejora en el conocimiento del otro. ▪ Se fomenta la participación y la integración de todo el alumnado. ▪ Se fomenta la cooperación y la colaboración entre los alumnos. ▪ Mejora las posibilidades de éxito al no ser todas las actividades competitivas. ▪ Participa todo el alumnado en las actividades sin exclusión. ▪ Los alumnos conocen otras actividades de ocio al participar en distintas actividades no habituales.
Desventajas a nivel relacional	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Es más excluyente, ya que los alumnos pueden elegir con quién jugar y con quién no jugar, y también a quién dejan y a quién no dejan jugar. ▪ Genera mayores conflictos al no estar dirigidos propiamente por docentes. ▪ Potencia una competitividad que al no estar dirigida en ocasiones puede no ser sana. ▪ La resolución de conflictos autónoma puede conducir a la confrontación. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Se pierde la relación personal espontánea, ya que los alumnos deben jugar con quienes les toque por distribución. ▪ No permite la libertad de elección. ▪ Existe una dependencia del adulto para la realización de la actividad. ▪ Existe una dependencia del adulto para la resolución del conflicto.

EL RECREO DIRIGIDO COMO ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE

En el recreo dirigido, el profesorado programa todas las actividades a realizar por los alumnos con una finalidad lúdica y participativa, de tal modo que las habilidades motrices hacia las actividades quedan relegadas en favor de la integración y la convivencia. Se seleccionan los juegos, se distribuyen los alumnos (según los criterios que se establezcan) y se delimita el espacio. Para la participación del alumnado, se rota por tiempo de juego, por días o por semanas. Para su distribución, se procura que exista una heterogeneidad en cuanto al sexo, capacidad y procedencia. Debido a este control por parte del profesorado y a la obligatoriedad del alumnado de participar, se fomenta el conocimiento del otro y se garantiza que todos los alumnos sin exclusión participen en actividades conjuntas de cooperación. Esto, unido a los aprendizajes que se producen durante la actividad física así como aquellos que se derivan de la interrelación del alumnado durante el recreo, ha provocado que exista una tendencia a diseñar recreos dinámicos con actividades estructuradas y dirigidas como una parte más del proceso de enseñanza-aprendizaje. Este tipo de recreos tienen dos objetivos:

- Que todos los alumnos participen, eliminando así los problemas de exclusión y mejora de la convivencia escolar.
- Que el aprendizaje que se produzca durante el recreo esté diseñado con un enfoque dirigido a la cooperación y al ocio, rebajando el componente competitivo.

¿RECREOS DIRIGIDOS O RECREOS LIBRES?

Haciendo un repaso a los estudios sobre recreo y convivencia (*Recreos entretenidos; una estrategia para mejorar la convivencia escolar*, de Álvarez, I. y López, L.; *Proyecto Recreos Saludables: una experiencia de Convivencia Escolar* de Zulantay, A.; *Juego, recreo y convivencia escolar: una mirada desde los imaginarios sociales* de Jaramillo, D.A.; *El recreo libre y el recreo dirigido. Comparación de conductas del alumnado para la mejora de la convivencia* de Buricón, S, entre otros) y a las experiencias actuales sobre los recreos dirigidos y la mejora de la convivencia escolar (San Cristóbal de Castellón; Sagrado Corazón de Librilla; Valle de Canarias; Nieves de Toledo; Santos Samper de Almodóvar, Joaquín Carrión de San Javier, Mariano Vaquero Goyanes de Murcia, entre otros), podemos extraer las siguientes conclusiones:

- Con respecto a la mejora de la convivencia, los recreos dirigidos producen una mejora significativa de la convivencia escolar, pero solo existen evidencias en el ámbito del recreo. Existe un descenso del número de conflictos y situaciones de acoso. Sin embargo, no existe en la actualidad ningún estudio que analice si se produce o no una transferencia de la mejora de la convivencia escolar en el patio a una mejora de la convivencia escolar en el aula.
- Con respecto a la integración y participación del alumnado, el recreo dirigido mejora significativamente la integración del alumnado al existir una participación de todos los alumnos. El alumnado manifiesta una actitud positiva sobre este tipo de recreos. La falta de un componente altamente competitivo en las actividades del recreo dirigido hace que muchos alumnos se decanten por este tipo de recreos. Sin embargo, el alumnado de los últimos cursos de Educación Primaria se decanta por actividades de elección libre, especialmente el alumnado masculino, que se elige el fútbol como primera opción.

Hasta hace bien poco –apenas una década–, era costumbre que los alumnos de mayor edad se hiciesen con el “poder” de las zonas de recreo que más les gustaban. Con respecto al alumnado del sexo masculino, estos ocupaban especialmente la pista de fútbol sala y la pista de baloncesto. El resto de los alumnos masculinos tenían que conformarse con ocupar los espacios restantes. La imagen de unos niños jugando al fútbol en rincones era bastante habitual. En lo que respecta a las alumnas, la ocupación de los espacios era bastante menor y, para sus juegos, buscaban las zonas libres. Tal como señalan Abrales y Argudo (2008), en el primer tramo de la Educación Primaria la separación por sexos es menos notable mientras que en el segundo tramo la separación sexual es mayor debido, principalmente, al tipo de juegos. Así, en los dos últimos cursos de la etapa de Educación Primaria el alumnado muestra preferencia por la realización de actividades deportivas, en las que el fútbol se convierte en el rey del recreo para los alumnos del sexo masculino. En cambio, la participación de niñas en este tipo de tareas deportivas no es frecuente, ya que desde edades tempranas los roles tradicionalmente femeninos en los juegos quedan alejados de la actividad motriz (García y Navarro, 2009), inclinándose más por los juegos de persecución y por aquellos que no precisan de grandes espacios. En su estudio, Cantó y Ruiz (2005) llegaron a la conclusión de que la densidad de ocupación del patio por parte de las niñas es de 58,15 y en el caso de los niños es de 22,85 (individuos por espacio total ocupado) en el contexto analizado, lo que significa que cada niño dispone de 2,5 veces más de espacio que cada niña según los datos de su estudio. De algún modo, esta jerarquía de poder basada

en la edad era respetada por la casi totalidad de los alumnos, que esperaban a cumplir años para ir ganando “espacio” dentro del patio.

En la actualidad, la tendencia es distribuir el patio para que la ocupación de las zonas esté organizada y se respete una repartición igualitaria por días de ocupación. La participación en los juegos sigue siendo libre, así como la elección de con quien jugar. Algunos centros han dado un paso más y organizan no solo los espacios sino también las actividades y la distribución del alumnado en dichas actividades. Se entiende que en el recreo se producen ciertos desequilibrios (separación por sexos o exclusión del alumnado con necesidades especiales) convirtiendo el recreo en una actividad de aprendizaje dirigida más.

Es cierto que, según los estudios antes mencionados, los recreos dirigidos mejoran ciertos aspectos como la inclusión y la participación de todo el alumnado, pero también es cierto que desatienden otros aspectos como la libertad de elección, la relación libre, la competitividad sana o la resolución de conflictos autónoma, entre otros. Quizá, como en tantas ocasiones, la virtud esté en el término medio, y quizá la mejor estrategia sería alternar un tipo de recreo y otro de tal modo que todos los alumnos tuviesen acceso a los aprendizajes que se producen tanto en los recreos dirigidos como en los libres. Esta combinación se puede realizar de dos modos:

- Combinando el recreo dirigido y el recreo libre el mismo día: en este caso, se pueden distribuir dos zonas de patio, una con actividades y juegos dirigidos y otra, con juegos libres. La participación del alumnado en la zona de recreo dirigido puede ser voluntaria u organizada por el profesorado, ya sea por cursos o por tipo de alumnado o por cualquier otro tipo de selección.
- Alternando los días de recreo dirigido y recreo libre: en este caso, un día se realizará el recreo dirigido para todo el alumnado, con actividades programadas y participación obligatoria para los alumnos y alumnas, y al día siguiente, se realizará un recreo libre, centrando la atención en el alumnado con riesgo de exclusión en los juegos de recreo para que no quede marginado.

Bibliografía

- Abrales, J.A. y Argudo, F. (2007). Utilización del recreo escolar por niños de 4.o y 6.o de primaria. Retos. Nuevas Tendencias. *Educación Física, Deporte y Recreación*, 14, 88–91.
- Alcaraz, R. (2004). *Comportamiento motor espontáneo en el patio del recreo: análisis de las diferencias por género en un grupo de escolares de 8-9 años* (Tesis doctoral). Universidad politécnica de Madrid, Madrid.
- Álvarez, A. L. (2013). Una mirada a los recreos escolares: el sentir y pensar de los niños y niñas. *Revista electrónica educare*, 17(1), 67-87.
- Bedoya, E. y Bustamante, M. (2016). *El Recreo o Descanso Escolar: ¿Escenario Educativo para el Reconocimiento del Otro?* (Maestría en educación). Universidad Católica de Manizales, Manizales.
- Buritica, D. (2014). *El recreo: ¿es posible pensarlo pedagógicamente?* (Trabajo de Grado). Universidad de Tolima, Bogotá.
- Clements, R. y Jarrett, O.S. (2000). Elementary school recess: Then and Now. *Streamlined Seminar*, 18(4). Recuperado de <https://www.3vse.com/pdf/c56.pdf>
- Chaves Álvarez, A. (2013). Una mirada a los recreos escolares: El sentir y pensar de los niños y niñas, *Revista Electrónica Educare*, 17(1), 17-25.
- Eiviño, G. (2007). Innovación en el aprendizaje. *Comunicarse*. Recuperado de http://comunicarseweb.com.ar/?Innovacion_en_el_aprendizaje&page=ampliada&id=4783&s=&_page=tags (7/5/2014)
- Evans, J., y Pellegrini, A. D. (1997). Surplus Energy theory: An endearing but inadequate justification for break time. *Educational Review*, 49, 229-236.
- García, A., y Navarro, H. (2009). Asimilación de códigos de género en las actividades del recreo escolar. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, 34, 59-72.
- Gras, P. y Paredes, J. (2015). El Recreo ¿sólo para jugar? *EmásF: revista digital de educación física*, 36, 18-27
- Jambor, T. (1999). Dimensions of Early Childhood. , v23 n1 p17-20 Fall 1994Recess and social development. *The professional resource for teachers and parents*. Recuperado de <http://www.earlychildhood.com/Articles/index.cfm?FuseAction=Article&A=39>.
- Jarrett, O. S., Maxwell, D. M., Dickerson, C., Hoge, P., Davies, G. y Yetley, A. (1998). The impact of recess on classroom behavior: Group effects and individual differences. *Journal of Educational Research*, 92(2), 121- 126.
- Kraft, R. E. (1989). Children at play: Behavior of children at recess. *Journal of physical education, recreation, and dance*, 60(4), 21-24.
- Oliver, M. (2016). El recreo como espacio educativo y de aprendizaje. *Revista Publicaciones didácticas*, 76. Recuperado de <http://publicacionesdidacticas.com/hemeroteca/articulo/076145/articulo-pdf>
- Pellegrini, A. D., y Smith, P. K. (1993). School recess: Implications for education and development. *Review of educational research*, 63(1), 51-67.
- Pérez, L. y Collazos, T. (2007). *Los patios de recreo como espacios para el aprendizaje en las instituciones educativas*. (Trabajo de grado). Universidad de Pereira, Pereira.
- Schulmaister, C (2007). La importancia del recreo. *Diario Río negro*. Recuperado de <http://www.rionegro.com.ar/diario/2007/07/10/imprimir.20077o10s01.php>
- Vallejo, L. (2010). Descanso pedagógico y la jornada escolar. *Pedagogía y dialectica*. Recuperado de www.pedagogiaydialectica.org/tesis_descans_pedagogico.doc
- Vila, F. (2010). El recreo ¿sólo un descanso? *Pedagogía magna*, 5, 113-118.
- Waite-Stupiansky, S., y Findlay, M. (2001). The fourth R: Recess and its link to learning. *Educational forum*, 66(1), 16-24.